

## Van het bestuur

### Denk om je veiligheid

Roeien is een relatief ongevaarlijke sport. Je kan daarom denken dat je in een roeiboot niets kan overkomen. Dat is niet waar en daarom vragen we je de volgende aanbevelingen ter harte te nemen om onze sport niet gevaarlijker te maken dan nodig is. **Of je gaat roeien is je eigen verantwoordelijkheid. Denk dus altijd om je eigen veiligheid.**

**Want!** Roeien kan gevaarlijk zijn. Een van de grootste gevaren is de kou van het water.

### Denk goed na voor je gaat roeien:

- Zijn de golven aan de hoge kant?
- Wordt er voor toenemende wind gewaarschuwd?
- Zitten er buien in de lucht, mogelijk met windstoten? Of met onweer?
- Ben je echt zo goed als je denkt?
- Volg altijd het weerbericht.
- Ga na of er een beperkt of algeheel roeiverbod is afgekondigd.

### Alleen als je afgeroeid bent

Je mag alleen roeien in boten waarvoor je een roei-examen hebt afgelegd en de vereiste leeftijd hebt. Andere boten mag je alleen gebruiken met een voor deze boot bevoegde instructeur erbij. Dit is niet alleen om het materiaal te beschermen, maar ook een veiligheidsmaatregel. Er gelden enkele algemene regels, vermeld in het Huishoudelijk Reglement.

### Er geldt een algemeen of beperkt vaarverbod:

Als dit aangegeven is op de homepage van de website of op de afschrijfschermen bij Hemus. De regels zijn als volgt.

- Bij KNMI-windwaarschuwing kracht 7 voor het IJsselmeer mag er tot de hoogspanningslijnen geroeid worden als er geen golfslag is bij Hemus.
- Er geldt een algeheel roeiverbod:
  - bij KNMI-windwaarschuwing kracht 8 of meer voor het IJsselmeer
  - bij hoge golven, ongeacht de windwaarschuwing.
  - bij ijsgang, hoe weinig ook
  - bij mist met minder dan 300 meter zicht, dat is als de Driesluizenbrug niet zichtbaar is
  - bij onweer en bij onweersdreiging
  - als de temperatuur op de thermometer bij de loods nul graden of lager is

### Roeiers onder de 16 jaar:

- mogen alleen roeien binnen gehoor- en zichtafstand van de eigen coach/instructeur

### Voorkomen is beter!

- Controleer je boot voor vertrek: dolkleppen dicht, luchtkamerdeksels dicht, hielbanden 100% in orde, geen zichtbare beschadigingen of gebreken.
- Doe geen stoere dingen als het water koud is. Houd je riemen steeds vast, "veilig boord" met de bladen plat op het water als je stilligt bijvoorbeeld om het voetenbord te verstellen.
- Blijf dicht bij de wal, en houd stuurboordwal.
- Ga niet in je eentje roeien. Gestuurd roeien in een C-boot is ook leuk.
- Een C-boot? Pas op, die boot kan vol lopen. Geen drijfvermogen!
- Kleed je goed - ook in het water geeft kleding bescherming tegen de kou.
- En doe strakke kleren aan, en kleren die niet te veel water kunnen opnemen.
- Draag duidelijk zichtbare kleding zoals bijvoorbeeld het Hemus veiligheidsshirt.
- Zwemvest? Je blijft ermee drijven maar je kan moeilijk de boot weer in klimmen.
- Neem een mobieltje mee voor als je in de problemen komt, in een waterdicht hoesje.

### Als je omslaat...

Het water kan zo koud zijn dat directe onderkoeling dreigt. In zo'n geval 'vergeet' je dat je kunt zwemmen.

Denk maar aan één ding: aan jezelf - ga direct naar de kant en laat de boot de boot.

## Bij twijfel: niet roeien